

30 mars 2015 – Toronto

« *Comment survivre aux nausées de la grossesse* » par Motherisk

Le [Centre de ressources Meilleur Départ](#), un programme de [Nexus Santé](#), a collaboré avec le programme [Motherisk](#) de l'Hôpital pour enfants malades de Toronto afin de préparer un livret sur les nausées qui surviennent pendant la grossesse. Le Centre de ressources Meilleur départ a contribué à la rédaction et à la conception de cette ressource, publiée en 2013. Le personnel de Motherisk s'est chargé d'obtenir les autorisations concernant la validité de l'information, le développement et le contenu.

Le livret *Comment survivre aux nausées de la grossesse* s'adresse aux femmes qui planifient une grossesse ou qui sont déjà enceintes. Il contient aussi des renseignements pour les partenaires, les amis et la famille. La version canadienne est offerte en français et en anglais, en format imprimé ou en format PDF en ligne. Une application pour téléphone intelligent a aussi été mise au point en français et en anglais (édition canadienne) pour les personnes qui désirent consulter le livret sur leurs appareils mobiles.

Quelques faits sur les nausées matinales

- Les nausées matinales sont courantes et affligent environ 85 % des femmes enceintes; elles peuvent être graves.
- Des changements mineurs à ses habitudes alimentaires et à son mode de vie aident parfois à atténuer les nausées matinales.
- En cas de graves nausées matinales, il est souvent nécessaire d'obtenir l'aide d'un professionnel de la santé et de prendre des médicaments.

Des précisions sur le Diclectin

Le Diclectin est le seul médicament approuvé pour soulager les nausées matinales au Canada et il est explicitement mentionné dans le livret. Celui-ci énumère également les autres médicaments pouvant être utilisés avec le Diclectin. Cependant, le livret a omis d'indiquer le soutien que fournit Duchesnay (fabricant du Diclectin) au programme Motherisk. Nexus Santé appuie les efforts de Motherisk pour corriger cette omission; c'est pourquoi les versions électroniques et imprimées de *Comment survivre aux nausées de la grossesse* seront temporairement indisponibles.

Motherisk

Depuis des décennies, Motherisk fournit d'importants services à l'échelle nationale, dont une ligne d'aide en cas de problèmes d'alcool, une ligne d'aide en cas de nausées matinales, des interventions directes auprès de milliers de femmes enceintes et des soins dispensés par des professionnels de la santé.

À propos de Nexus Santé

Nexus Santé est un organisme de promotion de la santé bilingue et de premier plan qui aide les particuliers, les organisations et les communautés à renforcer leur capacité de promotion de la santé. Son approche globale en matière de santé comprend l'équité, la prévention des maladies chroniques et le développement de la petite enfance. Depuis 30 ans, Nexus Santé aide des travailleurs des services de la santé et des organismes de promotion de la santé à élaborer et à mettre en œuvre des stratégies visant à améliorer la santé et le bien-être au sein de leur collectivité. Nexus Santé offre plusieurs

services, notamment des consultations, des activités de formation et une vaste collection de ressources disponibles dans plusieurs langues.

À propos de Meilleur départ

Le [Centre de ressources Meilleur Départ](#) appuie les professionnels de la santé communautaire de l'Ontario qui travaillent à la mise en œuvre des programmes et initiatives de promotion de la santé à l'intention des mères, des nouveau-nés et des enfants. Outre notre vaste collection de ressources portant sur 18 sujets, dont plusieurs offertes en plusieurs langues, nous offrons des programmes de formation, de consultation, de réseautage et d'aiguillage. Nous avons également mis sur pied et mené des campagnes de sensibilisation afin d'améliorer la santé des femmes enceintes, des nouveaux parents, des nouveau-nés et des jeunes enfants.

Renseignements

Barb Willet, directrice générale, Nexus Santé

b.willet@healthnexus.ca

1-800-397-9567, poste 2240